

# Rafolit®

## رافولیت®

شکل دارویی: قرص باز شونده در دهان (ODT)

ترکیبات: ویتامین B<sub>6</sub> (پیریدوکسین هیدروکلراید) ۲۰۰۰ میکروگرم، ویتامین B<sub>12</sub> (سیانوکوبالامین) ۱۰۰۰ میکروگرم، فولیک اسید ۴۰۰ میکروگرم  
موارد مصرف:

- ✓ کمک به تامین فولیک اسید، B<sub>6</sub> و B<sub>12</sub> مورد نیاز بدن
- ✓ کمک به سلامت سیستم عصبی
- ✓ کمک به ساخت گلبول قرمز

♦ در موارد زیر نیاز بیشتری به ویتامین B<sub>12</sub> می باشد:

- افراد با آنمی پرنسیپس، به دلیل فقدان فاکتور داخلی معده.
- افراد با ناراسی دستگاه گوارش، افراد با ناراسی معده ای یا روده ای، به دلیل عدم جذب کافی ویتامین B<sub>12</sub>.
- افراد تحت جراحی دستگاه گوارشی، جراحی معده یا روده یا حذف قسمت پایینی ایلئوم، که مادام العمر نیاز به جبران کمبود ویتامین B<sub>12</sub> دارند.
- سالمندان: ویتامین B<sub>12</sub> در مسیر جذب خود در بدن به فاکتور داخلی معده باند می شود، به دلایلی از جمله عفونت معده، گاستریت آتروفیک معده و التهابات معده، ممکن است این باند شکسته شود و بدن به میزان کافی ویتامین B<sub>12</sub> جذب ننماید. در سالمندان با کاهش ترشح اسید معده، ویتامین B<sub>12</sub> از غذا جدا نمی شود و جذب نشده دفع می گردد، در نتیجه سالمندان نیاز بیشتری به مکمل های حاوی B<sub>12</sub> دارند.
- گیاه خواران: گیاه خورانی که گوشت، ماهی، شیر یا محصولات لبنی و غذاهای غنی از ویتامین B<sub>12</sub> را در رژیم های غذایی خود استفاده نمی کنند، بیشتر از بقیه گروه ها نیاز به این مکمل دارند.

♦ برخلاف دیگر ویتامین های محلول در آب، ویتامین B<sub>12</sub> در کبد، کلیه و دیگر بافت های بدن ذخیره می شود. نشانه های کمبود این ویتامین تا ۵ الی

۶ سال بروز نمی کند. تنها علامت کلاسیک فقر این ویتامین در بدن، آنمی پرنسیپس می باشد. کمبود این ویتامین باعث اختلال در عملکرد مغزی و سیستم اعصاب مرکزی همچون سوزن شدن اندام ها یا احساس سوزش و بی حسی می باشد و نقص در عملکرد مغزی در بیماران آلزایمری را ایجاد می کند. بیشترین دلیل افسردگی در سالمندان، کمبود ویتامین B<sub>12</sub> می باشد.

♦ کاهش میزان ویتامین B<sub>12</sub>، ویتامین B<sub>6</sub> و فولات، باعث افزایش سطح هوموسیستئین در خون می شود. هوموسیستئین یک آمینواسید است که بطور نرمال در خون یافت می شود. مطالعات و تحقیقات ODS، NIH نشان داده اند که افزایش سطح هوموسیستئین در خون یک ریسک فاکتور غیر وابسته در بیماری های قلبی و سکنه می باشد، این مطالعات می گویند که افزایش سطح هوموسیستئین باعث آسیب به عروق کرونری قلب و در نتیجه ایجاد لخته های خونی و پلاکتی می شود.

♦ ویتامین B<sub>6</sub> یا پیریدوکسین، ویتامینی محلول در آب می باشد که هم برای سلامت ذهن و هم برای سلامت بدن مفید می باشد و نقش بسزایی در بالانس

کردن تغییرات هورمونی زنان دارد، همچنین برای سیستم ایمنی و رشد سلولهای جدید بسیار مفید می باشد. وجود ویتامین B<sub>6</sub> برای متابولیسم پروتئین ها، چربی ها و کربوهیدرات ها ضروری می باشد. پیریدوکسین در کنترل خلق و خو موثر می باشد. پیریدوکسین نقش بسزایی در یادگیری و آموزش کودکان دارد.

این ویتامین برای جلوگیری از شوهر سر، اگزما و پسوریازیس مفید می باشد و در بالانس کردن میزان سدیم و پتاسیم و تولید گلبول های قرمز خون نقش دارد.

ویتامین B<sub>6</sub> در DNA و RNA که نوکلئیک اسیدهای ضروری در سلول ها می باشد، یافت می شود. مطالعات نشان داده اند که زنان با دردهای قاعدگی مکرر،

علامت پیش از قاعدگی (PMS)، آکنه های قبل از قاعدگی و تهوع در بارداری، با مصرف این ویتامین بهبود داشته اند. همچنین افسردگی، نوسان و از دست دادن

میل جنسی، در هنگام مصرف قرص های ضد حاملگی، در رژیم های غذایی با میزان ناکافی این ویتامین دیده شده است.

زود رنجی، عصبی شدن و بی خوابی، ضعف عمومی بدن، تغییرات پوستی از جمله درمانیت و آکنه، آسم و آرتزی با کمبود سطح پیریدوکسین ارتباط مستقیم

دارند که با علائمی همچون ناخن های شکننده، زبان ملتهب شده و تغییرات در استخوان های بدن از جمله استئوپروز و آرتروز یا ایجاد سنگ های کلیوی آشکار

می شود. وجود ویتامین B<sub>6</sub> در بدن برای توانایی در ساخت ویتامین B<sub>3</sub> ضروری می باشد. اگر شما داروهای ضد افسردگی، قرص ضد بارداری مصرف می کنید

یا تحت هورمون درمانی می باشید، بیش از دیگران به این ویتامین نیاز دارید.

افراد که رژیم غذایی پرپروتئین دارند، بایستی میزان مصرف ویتامین B<sub>6</sub> روزانه خود را افزایش دهند.

♦ فولیک اسید یا ویتامین B<sub>9</sub> یا همان فولاسین یا فولات برای سنتز DNA و RNA و رشد سلولها و تشکیل گلبول های قرمز خون نیاز می باشد. برای تشکیل گروه هم در گلوبولین ها که مرکز جذب آهن می باشد و نقش اساسی و ضروری برای انتقال اکسیژن در خون دارد، فولیک اسید مورد نیاز می باشد.

وجود فولیک اسید برای متابولیسم پروتئین ها و درمان آنمی فولیک اسیدی ضروری است. فولیک اسید کمک به هضم بهتر غذاها و عملکرد بهتر سیستم عصبی دارد و برای سلامت رفتار و رفع افسردگی و اضطراب مفید است. کمبود فولیک اسید نیز با اسهال یا یبوست و سوزش سر قلب همراه است. حضور فولیک اسید

برای تشکیل سیستم عصبی در جنین بسیار مهم است و کمبود آن با Spina Bifida و دیگر عوارض بسیار جدی سیستم عصبی در جنین همراه است. کمبود فولیک اسید باعث خستگی، آکنه، گلو درد و ترک در گوشه های لب می شود. کمبود بیشتر فولیک اسید با آنمی و استئوپروز، سرطان روده و سرویکس نمایان می شود. محققان بر این باورند که فولیک اسید باعث افزایش شیر در دوران شیردهی می شود.

از موارد مصرف دیگر این فرآورده می توان به موارد زیر اشاره کرد:

✓ کمک به بهبود عملکرد قلب و عروق با کنترل و کاهش سطح خونی هوموسیستئین

✓ کمک به متابولیسم کربوهیدرات، چربی و پروتئین ها در بدن

✓ کمک به درمان کمبود ویتامین B<sub>6</sub>، B<sub>12</sub> و فولیک اسید

✓ کمک به درمان آنمی مگالوبلاستیک به علت فقر فولیک اسید

✓ کمک به درمان آنمی به دلیل فقر غذایی، آنمی حاملگی، کودکان و نوزادان

✓ کمک به تولید و بازسازی گلبول های قرمز خون

✓ بهبود بهتر عملکردهای متابولیکی و فیزیولوژیکی بدن

✓ بهبود بهتر متابولیسم انرژی در بدن

مقدار و نحوه مصرف فرآورده:

در موارد بیماری های خاص برای این فرآورده، مقدار مصرف را پزشک تعیین می کند. این قرص به طور معمول، روزانه ۱ عدد مصرف می شود. رافولیت به صورت ODT یا قرص باز شونده در دهان است، قرص را درون دهان قرار دهید ولی نبلعید، قرص به سرعت حل میشود و جذب کافی از دهان دارد و نیازی به بلع قرص

کامل و مصرف آب نیست.

هشدارها و موارد احتیاط:

- این فرآورده مکمل بوده و جهت پیشگیری، درمان و تشخیص بیماری ها نمی باشد.
- افرادی که از داروی لوودوبا (بدون مصرف همزمان با کربی دوپا) استفاده می کنند، بایستی از مصرف بیش از ۵ میلی گرم در روز ویتامین B<sub>6</sub> خودداری کنند.
- از مصرف فرآورده های حاوی الکل همزمان با این مکمل خودداری کنید.
- مصرف این فرآورده در افرادی که مبتلا به بیماری وراثتی لبر (Leber's disease) هستند ممکن است منجر با آسیب به بینایی گردد.

موارد منع مصرف: در صورت حساسیت به هر یک از اجزاء فرآورده

تداخلات:

- مصرف همزمان این فرآورده با فنوربیتال، فنی توئین و فوسفنی توئین موجب کاهش سطح پلاسمایی این داروها می گردد.
- داروهای کاربامازپین، سیکلوسپورین، ایزونیاژید، پنسیلامین، فنلارین، توفیلین، والپرویک اسید با متابولیت حاصل از ویتامین B<sub>6</sub> (پریدوکسال فسفات) تداخل دارد.
- مصرف همزمان این فرآورده با آمپودارون حساسیت به نور را افزایش می دهد.
- مصرف همزمان این فرآورده با داروهای کلسیرامین، گلشی سین، کلسیتی پول، متفورمین، پتاسیم کلراید، داروهای کاهنده اسید معده مانند مهارکننده های گیرنده H<sub>2</sub> و مهارکننده های پمپ پروتون، جذب ویتامین B<sub>12</sub> و فولات را کاهش می دهد.
- این مکمل نباید همزمان با کلرامفنیکل مصرف گردد.

مصرف در دوران بارداری و شیردهی: قبل از مصرف این فرآورده با پزشک خود مشورت کنید.

عوارض جانبی: عوارض جانبی خاصی از مصرف این گونه مکمل ها گزارش نشده است، در صورت بروز علائم حاد به پزشک مراجعه نمایید.

شرایط نگهداری فرآورده: فرآورده در دور از نور و رطوبت و در دمای کمتر از ۳۰ درجه سانتی گراد نگهداری و از یخ زدگی محافظت کنید. فرآورده را دور از دسترس اطفال نگهداری کنید.

بسته بندی: شرکت داروسازی رها رافولیت® را به صورت قرص باز شونده در دهان، در قوطی های پلی اتیلنی درون جعبه و به همراه برگه راهنما به بازار عرضه می کند.